

第35回久賀土曜夜市

- ◆日時／7月21日(土)
午後7時～10時
(雨天の場合22日(日)に順延)
- ◆場所／久賀サンロード商店街
- ◆内容／
久賀サンロード商店街を歩行者天国にして開催される夏のイベントです。マウンテンマウスなどのステージ、エレクトーン・久賀保育園法王太鼓演奏、バザー、金魚すくい、ヨーヨー、フリーマーケット、ゲームコーナー、社会福祉協議会・福祉施設のお店、ドッグレースなど楽しい企画満載です。
- ◆問い合わせ／周防大島町商工会
☎72-0478

第6回ふるさと提灯夜市

- ◆日時／7月28日(土)
午後6時～9時30分
雨天中止(順延はありません。)
- ◆場所／小松屋代口周辺
- ◆予定イベント／
保育園演技、生演奏、図画コンクール、その他バザー、フリーマーケットなど多数を予定しています。
※当日午後5時～9時30分まで小松屋代口周辺は通行止めになりますので、大変ご迷惑をおかけしますがご協力のほどお願いします。
- ◆問い合わせ／
周防大島町商工会大島支所
☎74-2012

夏の夜は 夜市と花火



周防大島町花火大会

- ◆日時／8月16日(木)午後7時～
- ◆場所／橘庁舎周辺
- ◆内容／花火大会
灯ろう流し・盆踊り
- ◆問い合わせ／
周防大島町花火大会実行委員会
☎77-1115



こころの健康

ストレスが増えた現代社会では、「こころの健康」に不安や問題を抱える人が増えています。

こころの病気のために治療を受けている人は全国で約258万人。その数は年々増えており、ストレスに満ちた現代社会においては、こころの病気はだれでもかかりうる「一般的な病気」になっています。

こころの病気では早期発見・早期治療が特に大切です。からだの病気になれば、だれでも病院を受診し治療を受けます。熱があれば解熱剤を、痛みがあれば鎮痛剤をもらいます。状態が悪ければ栄養剤をもらいます。状態が悪ければ休養します。こころの病気も同じです。気分が落ち込んでいれば心を元気づける薬を、不安が強いときは不安をとる薬を飲んで心身を休めなくてはなりません。病気がこじれないうちに見つけて適切な治療をすれば必ずよくなります。短期間で治ることもあれば治療を受けながら生活している人たちも大勢います。

周防大島町保健師

地 田 幸代

(健康づくり班)

- ひとりで、家族だけでこのようなことで悩んでいませんか
 - ・人間関係等でストレスがたまってイライラする
 - ・気力、意欲、集中力が低下し仕事がかたらない
 - ・気持ち沈む
 - ・眠れない日が続いている
 - ・学校や職場を理由もなく休みがちになった
 - ・家から外出できなくなりひきこもっている等
- 町ではこころの健康に心配のある方が気軽に相談できる場として「こころの相談会」を行っています。(事前にご連絡ください。☎77-5504)
- 日時・毎月第1金曜日 午前10時～正午
場所・久賀福祉センター
やない地域生活支援センターの相談員が対応します。
- ひとりで悩むよりまずはご相談ください。